

Programma

Naam docent en korte biografie
Yvonne Woordes geeft individuele en groepsgerichte familieopstellingen. Zij is docent familieopstellingen en systemisch werk aan de Academie voor Geesteswetenschappen en co-trainer aan het Instituut Voor Systemisch Werk van Elmer Hendrix. Yvonne heeft de opleiding systemisch werk gevolgd en de opleiding tot kindercoach op basis van systemisch werk.
<i>Indien er sprake is van gastdocenten:</i> Namen en korte biografie per persoon (max. 50 woorden)
N.v.t.
Bijeenkomsten
Dinsdag 29 maart en 5, 12, 19 april
Titel
Ontdek de kracht van systemisch werken <i>Maak kennis met het onderbewuste en verkrijg inzichten in patronen d.m.v. familieopstellingen</i>
Sluit aan op de volgende opleiding(en):
Transpersoonlijk- en energetisch werk / Verlies-, rouw- en stervensbegeleiding
Doelgroep
Deze cursus is uitermate geschikt voor professionals werkzaam in de zorg en het maatschappelijk werk. Je leert op een andere manier naar cliënten kijken, wat zich veelal uit in begrip, grenzen stellen en de ander benaderen zonder oordeel. Maar ook als je op persoonlijke noot – voor jezelf, als partner, als ouder et cetera – deel wilt nemen aan deze cursus, zul je inzichten verkrijgen in (belemmerende) patronen die zich in je leven, je relatie, je gezin en/of werkveld blijven herhalen en hoe hiermee om te gaan.
Opzet van de cursus – Wat worden de grote lijnen/onderwerpen/thema's van de vier bijeenkomsten? Wat kunnen deelnemers verwachten?
Tijdens deze cursus maak je kennis met: <ol style="list-style-type: none">1. De wetmatigheden van familieopstellingen2. Het ervaren van familieopstellingen3. Oefenen met het uitvoeren van korte familieopstellingen4. Korte lichaamsgerichte oefeningen en meditaties

Bijeenkomst 1: Wat is een familieopstelling

Tijdens deze eerste bijeenkomst maken we kennis met elkaar en met familieopstellingen. We starten met een meditatie, gevolgd door een theoretisch deel over familieopstellingen. We bespreken o.a. het persoonlijk geweten en ronden af met oefeningen in het kader van familieopstellingen.

Bijeenkomst 2: Wat is het collectief geweten en welke invloed heeft dat op ons leven

We starten de bijeenkomst met een meditatie. Daarna bespreken we het bijzondere collectief geweten. Wat voor effect heeft het collectief geweten op ons? Dat is vaak veel meer dan we denken. Door deze theorie te bespreken zal er meer bewustwording optreden in combinatie met de oefeningen die we tijdens deze les gaan doen.

Bijeenkomst 3: Wat is het spiritueel geweten

We starten de bijeenkomst met een meditatie en gaan kort in op het spiritueel geweten. Er is een groepsgerichte opstelling, daarna gaan we in kleine groepen uiteen om de beginselen van een eigen opstelling te oefenen.

Bijeenkomst 4: Een eigen opstelling begeleiden in groepjes

Ook deze laatste bijeenkomst starten we met een meditatie. De rest van de bijeenkomst zal volledig in het teken staan van oefenen met het uitvoeren van een korte opstelling in kleine groepen.

De meditaties en lichaamsgerichte oefeningen zijn een belangrijk onderdeel van de bijeenkomsten. Om een opstelling te kunnen begeleiden is het van essentieel belang om je bewust te zijn van de sensaties die je ervaart tijdens een opstelling. Als je goed in je lichaam aanwezig bent - i.p.v. in je hoofd - dan zal de opstelling zich vanzelf ontvouwen.

Competenties/vaardigheden

Competenties/vaardigheden die uitgediept worden: vakinhoudelijk handelen, communicatie, samenwerking en maatschappelijk handelen.

Je kunt pas iets veranderen als je weet waar patronen/symptomen vandaan komen, zowel bij jezelf als bij een cliënt. Een familieopstelling geeft mooie inzichten in zeer diepgewortelde patronen (het onderbewuste). Vaak bedenken we oplossingen met ons hoofd, maar als het onderbewuste niet gezien of gehoord wordt, blijken deze oplossingen tijdelijk van aard of dient zich een nieuw probleem aan. Net zolang tot er daadwerkelijk gezien wordt wat zich in het onderbewuste afspeelt. Tijdens een opstelling kunnen we nog een laagje dieper gaan. Het geeft een loepzuiver beeld van wat er daadwerkelijk speelt. Dan pas is er sprake van werkelijk bewustzijn en kun je een andere weg gaan bewandelen.